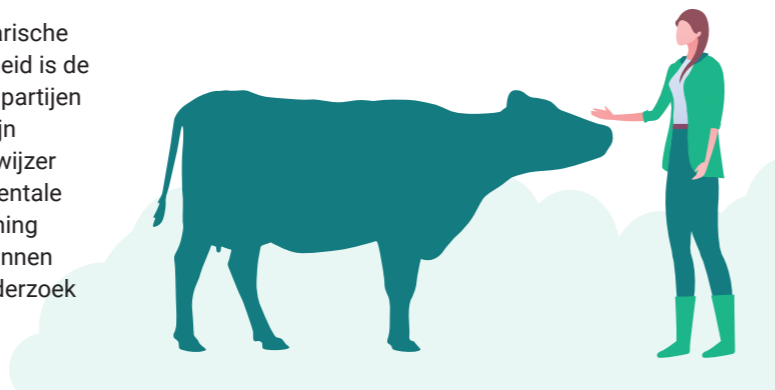


# Onderzoek mentale fitheid onder agrarische studenten

Er komt veel af op de agrarische student. Naast het feit dat de druk op studenten in het algemeen hoog ligt, wordt de druk op de agrarische sector ook steeds hoger. De aanname is dat dit, gecombineerd met enkele actualiteiten, invloed heeft op de mentale fitheid van de agrarische student. De hoofdvraag van het onderzoek is dan ook: **Hoe is het gesteld met de mentale fitheid onder agrarische studenten en wat voor positieve invloed kan het onderwijs, LTO Noord, het NAJK en AgroZorgwijzer hierop hebben?**

Middels een enquête is de mentale fitheid onder agrarische studenten gepeild. Naast vragen over de mentale fitheid is de studenten gevraagd hoe ze denken dat de betrokken partijen zich kunnen inzetten voor mentale fitheid<sup>1</sup>. Daarna zijn 8 agrarische scholen, LTO Noord, NAJK en AgroZorgwijzer geïnterviewd over wat ze op dit moment doen aan mentale fitheid. Vervolgens is aan de professionele hulpverlening gevraagd hoe de betrokken partijen zich het beste kunnen inzetten om de mentale fitheid te verbeteren. Het onderzoek vond plaats tussen september en december 2020.



## Wat zeggen studenten over hun mentale fitheid?

398 mbo- en 430 hbo-studenten vulden de enquête in. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 19 jaar, 57% hiervan is man en 43% vrouw. De uitslag tussen mbo- en hbo-studenten was vrijwel gelijk. In het hbo-onderwijs bleek er opvallend meer ervaring van stress en meer behoefte aan ondersteuning. 59% van de hbo-

studenten vindt dat er een taboe ligt op mentale fitheid. 29% van de mbo-studenten ervaart mentale fitheid als een taboe.

Hieronder een overzicht van de positieve punten en de aandachtspunten op het gebied van mentale fitheid bij agrarische studenten:

### Positieve punten

#### Agrarische studenten

- ✓ zijn trots op de agrarische sector
- ✓ vinden hun werk en studie zinvol
- ✓ komen er bovenop na een tegenslag
- ✓ besteden voldoende aandacht aan vrienden en familie
- ✓ zien toekomstperspectief in de agrarische sector
- ✓ laten zich inspireren door medestudenten, docenten en collega's

### Aandachtspunten

#### Agrarische studenten

- ✓ piekeren veel
- ✓ trekken negatieve berichten persoonlijk aan
- ✓ kunnen moeilijk afstand nemen van werk of studie
- ✓ delen niet altijd hun zorgen met anderen
- ✓ hebben moeite met de coronasituatie
- ✓ vinden bedrijfsovername een zwaar emotioneel proces

## Aanbevelingen

Op basis van de enquêtes onder de studenten en de interviews met de betrokken partijen volgen drie aanbevelingen voor het onderwijs, LTO Noord, NAJK en AgroZorgwijzer:

- 1. Blijf communiceren over het onderwerp en maak mentale fitheid normaal**

Gebruik diverse communicatie-uitingen via verschillende kanalen en partijen. Zorg dat de informatie en het aanbod van hulp laagdrempelig is.

- 2. Gebruik een pakket aan producten die helpen bij snel signaleren en schakelen**

Zet verwijsschema's en protocollen in bij een signalering van en/of het ontvangen van een hulpvraag, zodat er snel geschakeld kan worden en de juiste hulp kan worden aangeboden.

- 3. Zet personen in die hun verhaal vanuit ervaring of expertise delen**

Zet ervaringsdeskundigen, rolmodellen of personen uit de professionele reguliere hulpverlening in als ambassadeur om het onderwerp meer bespreekbaar te maken.



Dit onderzoek is uitgevoerd door **Anky Scholten**, student aan Aeres Hogeschool Dronten:

"Ik heb dit onderzoek uitgevoerd, omdat ik de combinatie van de agrarische sector en de zorg interessant vind. Ik heb deze periode geleerd dat mentale gezondheid steeds belangrijker wordt en dat dit een thema is dat iedereen aangaat.

Ik hoop via deze weg mensen te inspireren en inzicht te geven in de ernst en behoefte aan mentale fitheid."



**Elsbeth Timmerman** werkt mede aan het project AgroZorgwijzer en is verantwoordelijk voor het werkpakketten Onderwijs en Voorlichting & Trainingen:

"De resultaten van dit onderzoek onderstrepen het gevoel dat er meer moet gebeuren op het vlak van mentale gezondheid. Ben jij geïnspireerd en benieuwd naar de mogelijkheden van trainingen voor docenten of studenten? Kijk op de website [www.agrozorgwijzer.nl/onderwijs](http://www.agrozorgwijzer.nl/onderwijs) of neem contact op met mij via [info@agrozorgwijzer.nl](mailto:info@agrozorgwijzer.nl)."

De onderzoeksrapportage is te vinden op de website van AgroZorgwijzer.

Mogelijk gemaakt door



<sup>1</sup> Disclaimer: een deel van de vragen uit de enquête zijn afgeleid van de vragen uit de Mentale fitheidstest die is ontworpen door AgroZorgwijzer en Trimbos-instituut. De uitkomsten zijn niet wetenschappelijk onderbouwd, maar geven een richtlijn.